मेरो साप्ताहिक

मेरो साप्ताहिक Mero Saptahik

वर्ष : ५ • अंक : १८ • पूर्णांक : २१७ • वि.सं. २०८० चैत्र १३ मंगलवार • ने.सं. ११४४ चिल्लागाः पारु • 2024 March 26 • पृष्ठ ८ • मूल्य रू. १०।-

समाज विकासमा महिलाको महत्वपूर्ण भुमिका हुन्छ : उपप्रम उपेन्द्र यादव

६ महिला पत्रकारहरु सम्मानित

"समाजमा विकास गर्ने हो भने महिला अघि बढ्नु पर्छ। समाजमा पुरुषले भन्दा पनि महिलाले संघर्ष गुर्नपर्ने त्यसमाथि जनजाति भएपछि समाजमा अझ संघर्ष गर्नुपर्छ। पत्रकारिता क्षेत्रमा महिला अघि बढ्न जोखिमपूर्ण अवस्थामा पनि यस क्षेत्रमा योगदान दिनुभएका महिला पत्रकारितालाई सम्मान गर्ने कार्यक्रममा आफु सरिक हुनु गर्वको विषय हो। समाजमा विकासको लागि शिक्षा अनिवार्य हुनुपर्छ र महिलाले यसको भुमिका निभाउन सक्छ।"

उपप्रधान एवं स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री उपेन्द्र यादवले प्रमुख अतिथिको रुपमा नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूले आयोजना गरेको एक कार्यक्रममा यस्तो अभिव्यक्ति दिनुभएको हो।

दबूले गत वर्षदेखि क्रियाशील महिला पत्रकारहरुलाई प्रदान गर्न थालिएको साधना पत्रकार सम्मान प्रदान गर्न सोमवार नेपाल पर्यटन बोर्डको सभाकक्षमा आयोजित कार्यक्रममा उहाँले यस्तो बताउनु भएको हो। ११४ औं अन्तराष्ट्रिय श्रमिक तथा महिला दिवसको अवसर पारि पत्रकारिता क्षेत्रमा विभिन्न ठाउँबाट योगदान दिनुहुनु ६ जना महिला पत्रकारलाई उपप्रधानमन्त्री यादवको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्मान गरिएको थियो।

कार्यक्रममा नेपाल समाचारपत्रका वरिष्ठ सह सम्पादक भगवती तिमल्सिना, नेपाल टेलिभिजनका पवन वर्षा शाह, मेट्रो एफ एमका रिता महर्जन, गोरखापत्र दैनिकका यलु जोशी, स्वतन्त्र फोटो पत्रकार सुनी बनेपालि र नयाँ पत्रिकाका शान्ति तामाङ्गलाई सम्मान गरिएको हो।

यस सम्मानले उहाँहरुको काममा हौसला बढ्ने र निरन्तर यस क्षेत्रमा लाग्न प्रेरणा मिल्नुका साथै नयाँ पिढिलाई यस क्षेत्रमा आकर्षण गर्न सकिने विश्वास कार्यक्रमका वक्ताहरुले व्यक्त गरेका थिए।

सम्मानका क्रममा नेपाल आदिवासी जनजाती पत्रकार महासंघका उपाध्यक्ष अमरध्वज लामालें खादा, पत्रकार दबूका अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठले फुलको माला, प्रमुख अतिथि यादवले सम्मान पत्र प्रदान गर्नुभएको थियो। साधना प्रधानले २००४ सालमा सिद्धिचरण श्रेष्ठको पत्रिकामा समाचार लेखन गर्दै पत्रकारिता शुरु गरि २००८ सालमा कामाक्षादेवसित मिलि "महिला" मासिक पत्रिका सम्पादन गरेका थिए। उहाँ पहिलो जनप्रतिनिधि हुनुहुन्छ। उहाँले शुरु गरेको कदममा अहिले हजारौ महिलाहरु लागेका छन्। संघर्षमय समयमा महिलाको हकहितको लागि लड्ने तिनै प्रधानको नाममा यो पुरस्कार नाम जोडिएर साधना प्रधान सम्मान गरिएको संयोजक तथा दबूका सहसचिव सुनिता महर्जले जानकारी दिनुभएको छ।

सोहि अबसरमा अर्का वक्ता नेपाल जनजाति पत्रकार महासंघ फोनिजका उपाध्यक्ष अमर ध्वज लामाले यहि पर्यटन वोर्डको हलमा सत्य नारायण बहादुर श्रेष्ठको इतिहास मेट्ने गरि नेपाल पत्रकार महासंघको एक शाखाले निकाल्न लागेको खोस्टोको विमोचन रोकि दिएको बताउनु भयो। विमोचन कार्यक्रम स्थगन गर्दा पुस्तक च्याटिएको आरोप आफूहरुलाई लागेको बताउनुहुँदै लामाले इतिहासको पहिलो पाना नै नभएको खोस्टोलाई पुस्तक भन्न नमिल्ने बताउनु भयो। साथै उहाँले श्रेष्ठलाई संस्थापक अध्यक्ष नमानेसम्म आन्दोलन जारी रहने पनि बताउनु भयो।

कार्यक्रमको सभापतित्व गर्नुभएका दबूका अध्यक्ष नृपेन्द्रलाल श्रेष्ठले गलत इतिहासलाई सच्याएर वास्तविक इतिहास स्थापित गर्न दबूबाट संघर्ष गरिरहने चुप नलाग्ने बताउनुभयो। उहाँले साधना प्रधान, कामाक्षादेवी जस्ता इतिहासमा महत्वपूर्ण योगदान दिनुभएका महिलाहरुको योगदान ओझेलमा पार्नु नहुने र राज्यले नै उहाँहरुलाई सम्मान गर्नुपर्ने विचार व्यक्त गर्नुभयो।

दबूका निवर्तमान अध्यक्ष सुरजबीर बज्राचार्य, कानूनी सल्लाहकार किरण शाक्य, केन्द्रिय सल्लाहकार विजयरत्न असंबरे, दबूका ललितपुर जिल्लाका अध्यक्ष मन्जु बज्राचायले पनि कार्यक्रममा धारणा राखेको थियो भने सहसचिव तथा कार्यक्रम संयोजक सुनिता महर्जनले स्वागत मन्तव्य र उपाध्यक्ष रचना श्रेष्ठले धन्यवाद ज्ञापन गरेको सो कार्यक्रममा महिला दिवसको अवसरमा निकालिएको आज्जु बुलेटिन पनि विमोचन गरिएको थियो।

नेपाल पर्यटन बोर्डको प्रवर्द्धनात्मक सहकार्य रहेको कार्यक्रमको संचालन सचिव राजु नापित र सदस्य अनिता महर्जनले संयुक्तरुपमा गर्नुभएको थियो।

नेपाल संवत्को एप नेपाल सरकारलाई हस्तान्तरण

• **मेरो संवाददाता**

काठमाडौं/राष्ट्रिय विभूति शंखधर साख्वाः प्रतिष्ठानको संयोजन र स्पाइरालोजिक्स इन्टरनेसनलले तयार पारेको नेपाल संवतको 'तिथिमिति डट कम' सफ्टवेयर र 'नेपाल संवत् मोबाइल एप' सोमवार नेपाल सरकारलाई हस्तान्तरण गरिएको छ।

प्रधानमन्त्री कार्यालयमा आयोजित एक कार्यक्रममा प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' लाई प्रतिष्ठानका अध्यक्ष ज्ञानराम श्रेष्ठ र स्पाइरालोजिक्स इन्टरनेसनलका मुख्य इन्जिनियर अरुण थापाले उक्त सर्भर र एप हस्तान्तरण गर्नुभएको हो।

सो अवसरमा प्रधानमन्त्री प्रचण्डले नेपाल संवतको गणना अलिक जटिल ठानिएकोमा अब सहज हुने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। उहाँले भन्नुभयो, "नेपाल संवतलाई कार्यान्वयन गर्नका लागि यसलाई अझै व्यवस्थित गर्नुपर्नेछ, अब यो एप कार्यान्वयनमा जान्छ।"

सो सफ्टवेयर सञ्चालनमा आएसँगै विश्वको जुनसुकै स्थानबाट एकसाथ नेपाल संवत्, विक्रम संवत् र इस्वी संवत् प्रयोग गर्न सकिने छ। यसलाई ल्यापटप र डेस्कटपमा पनि डाउनलोड गरेर अफलाइनमा पनि प्रयोग गर्न सकिने प्रतिष्ठानका अध्यक्ष श्रेष्ठले बताउनुभयो।

उहाँले यो सफ्टवेयरबाट नेपाल संवतसँगै विक्रम संवत् र इस्वी संवतको सयौँ वर्ष अगाडि र पछाडि गएर बार, गते, वर्ष एवं तिथि हेर्न सकिने बताउनुभयो।

वर्तमान सकारले नेपाल संवतलाई अनिवार्य रूपमा सरकारी कामकाजमा प्रयोग गर्ने निर्णय लागू गरिसकेको अवस्थामा उक्त एप तथा सफ्टवेयरले कामकाजमा सहयोग पुग्ने विश्वास लिइएको छ।

राष्ट्रियताको लागि समर्पित
मेरो साप्ताहिक
मचा साप्ताहिक Mero Saptahik

प्रकाशक तथा सम्पादक : रत्न काजी महर्जन
सह-सम्पादक : विजय कुमार सिंह
फोटो सम्पादक : प्रबिन महर्जन
व्यवस्थापन : नहकुल महर्जन
प्रेस व्यवस्थापन : नविन सिंह
लेआउट : सुनिता महर्जन
सुर संसार ग्राफिक्स कर्नर
कार्यालय : किलागल, काठमाडौं-२४
सम्पर्क : ५८४१२१५२५०, ०१५५०५२५०
meroweekly@gmail.com
मुद्रण : प्रिन्ट स्काई, काठमाडौं ।

सम्पादकीय

जात्रापर्वमा विकृतिले सिमा नाघ्दै

नेपालमा विभिन्न जातजाति मिलेर माला उने जस्तै धर्म, संस्कृति चाड पर्व आदि पनि एक अर्काको मनाउँदै खुशि हुँदै मनाउने गरिन्छ। आधुनिक समाजले परिवर्तनको काचुलि फर्दै जात र धर्मको नाममा हुने अन्याय, अत्याचार थिचोमिचोलाई केहि हद भएपनि कम गर्दै लगिरहेको अवस्था छ। नेपालको मौलिक परम्परा, चाडपर्व, उत्सवहरु, संस्कृति, भाषा, भेषभुषा सबैको आ-आफ्नो महत्व र विशेषता रहेको हुन्छ, जुनसुकै रुप या नाममा होस् यो परम्परा र संस्कृतिले नेपालको मौलिकतालाई झल्काउँछ र राष्ट्रको पहिचान दिलाउँछ। तर यो समयमा अहिलेको युवा पुस्तामा संस्कृति मनाउन चाहिँ चाहने तर संस्कृतिलाई अंगाल्न सकेको अवस्था छैन। कुनै पनि पर्वलाई भड्किलो र विकृतिको रुपमा होइन परम्परा र सम्मानको रुपमा हर्षोल्लास साथ मनाउन सक्नु पर्छ।

यहाँ संस्कृतिको जगेर्ना गर्ने नाममा विकृति छिर्न थालेको छ। कतिपय पर्वलाई आपराधिक गतिविधि गर्ने मौकाको रूपमा प्रयोग गर्नेको जमात बढिरहेको छ। यस्ता गतिविधिलाई बेलैमा नियन्त्रण गर्न सकिएन भने धर्म, संस्कार र पर्वका नाममा नेपालले जुन पहिचान पाएको छ, त्यसलाई हेर्ने दृष्टिकोण फरक हुन सक्छ। यसले तत्काल असर नगरे पनि मन्द विषको रुपमा पुस्तौंपुस्तासम्म पिरोल्न सक्छ। अर्को कुरा संस्कृतिको नाममा अहिलेका युवाले भाङ, धतुरो, गाँजा चुरोट जाँड रक्सिलाई कतिपय चाडपर्वमा संस्कार र संस्कृतिको बहानामा जथाभावी प्रयोग भइरहेको छ।

सभ्य समाज र राष्ट्र निर्माणका लागि हामीहरुले यस्ता चाडपर्व र संस्कार र संस्कृतिको नाममा भएका विकृतिहरुलाई त्याग गर्न सक्नुपर्छ। सभ्य समाज निर्माण र सु-सभ्य नागरिक बनाउनको लागि राष्ट्रको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, मौलिकता, परम्परा र संस्कृतिलाई संरक्षण र प्रबर्द्धन गर्नको लागि सबै नेपाली एकजुट हुनुपर्छ। कुर्सी ओगटेर बस्दैमा मात्र संस्कृतिमा विकास हुन्छ भन्नु गलत अर्थाइ हुन्छ। नेपालका विविध संस्कृतिले सबै जातिमा उत्साह उमंग ल्याई एक अर्कामा माया र सम्मान गरि अपनत्व प्राप्त गर्ने हुन्छ। एक जातिको संस्कृतिले अर्को जातिको संस्कृतिलाई हानि भन्दा पनि शिक्षा प्रदान गर्नु पर्ने यस युगमा युवाहरु भने सामुहिक झगडामा अल्झेको देखिन्छ। देशमा युवापिढीको कमि भएको अन्तराष्ट्रिय विमान स्थलको दृश्य नियालि रहँदा देशमा भएका युवा पनि संस्कृतिको नाममा यसरी मुछिदै जाँदा यो देश कतातिर गइरहेको छ भन्ने प्रश्न उब्जिएको छ। सरकारले युवा पिढीलाई समेटन नसकिरहेको अवस्थामा संस्कृतिलाई अगाडि ल्याउन युवाले राज्यसित पटक पटक गिज्याइरहेको भान हुन्छ। जबसम्म हामीले मनाउने चाडपर्व, संस्कार र संस्कृतिभित्रका विकृतिलाई हामी त्याग्न सक्दैनौं तबसम्म हामी हाम्रा पुस्तामाझ यस्ता चाडपर्व, संकार संस्कृतिलाई गौरवका साथ कसरी हस्तान्तरण गर्ने ?

होली र यससँग जोडिएका जात्राहरु

✍ **सुनिता महर्जन**

अबिरया होली
तंचायाला ल्यासे।
अबिरं छंगु ख्वाः
हिसि दयेका बी ॥

सिलुको यो गीत होलिको अवसरमा खुब बज्ने गर्दछ। नेपालमा मनाइने विभिन्न चाडपर्वमा होलि पनि महत्व पूर्ण पर्वको रुपमा लिइन्छ। नेपालको पहाडी र तराई क्षेत्रमा अलग अलग दिनमा मनाइने यो पर्व नेपालभरि नै हर्ष उल्लाशका साथ मनाइन्छ। हुनत होलीलाई माया गर्ने जोडिहरुलाई एक अर्काको नजिक ल्याउने चाड र टाढा भएका आफन्तहरुलाई होलि मार्फत माया साटासाट गर्ने चाडको रुपमा लिइन्छ।

होलिको अवसरमा अबिरलाई महत्वपूर्ण रंगको रुपमा लिने गरिन्छ साथै अरु रंग पनि प्रयोगमा ल्याउने गरिन्छ। यस दिनले वसन्त ऋतुको आगमन भएको संकेत दिन्छ। हरेक वर्ष वसन्तपुरमा विधिपूर्वक चीर ठड्याइएसँगै फागुपर्व सुरु हुन्छ। जुन तीनतले बनाइएको हुन्छ। भक्तपुरबाट ल्याइएको बाँस तथा गुह्येश्वरीबाट ल्याइएको मयल रुखको हाँगामा रङ्गीचङ्गी कपडाहरु झुन्ड्याएर चीर तयार पारीन्छ। फागुण शुक्ल अष्टमीका दिन ठड्याइने चीरमा विशेष पूजा गरिन्छ। सो अवसरमा स्थानीयवासी तथा नेपाली सेनाको सहभागितामा गुर्जुको पल्टनले सलामी दिएपछि एक आपसमा रंग छरि होलिको शुरुवाट गरिन्छ।

किम्बदन्ती

होलीको बारेमा धेरै किम्बदन्ती पाइन्छ। पौराणिक कथा अनुसार प्राचीन समयमा अथवा त्रेता युगमा हिरण्यकश्यपु नामक एक राक्षसको जन्म भएको थियो। तिनै लोकमा त्राहि त्राहि मचाइएका हिरण्यकश्यपुले आफुलाई भगवानका दर्जा दिइ सबैलाई पुजा गर्नुपर्छ भनि उजुरि दिएका थिए। तर आफ्नै छोरा प्रह्लाद बिष्णुका परम भक्त थिए। यो कुरा हिरण्यकश्यपुलाई मन परेको थिएन। त्यसैले उसले आफ्नै छोरा प्रह्लादलाई मार्न योजनाहरू बनाएका थिए। जुन योजना अनुसार हिरण्यकश्यपुले आफ्नी बहिनी होलिकालाई जिम्मा दिए। दाजुको आदेश अनुसार होलिकाले प्रह्लादलाई काखमा लिएर अग्निमा बस्दा आगोले होलिकालाई जलेर नष्ट गरे तर प्रह्लादलाई भने केही भएन। होलिका दहनकै खुसियाली मनाउन आपसमा रङ्ग र अविर छरेर होली पर्व मनाउने परम्परा चलेको धार्मिक मान्यता पाइन्छ।

अर्को कथाअनुसार द्वापर युगमा श्रीकृष्णलाई मार्ने उद्देश्यले दूध चुसाउन गएकी पुतना नामकी राक्षसनीलाई दूधको साथमा शरिरका सबै रगत चुसि कृष्णले मारिदिएका थिए। कृष्णले पुतनालाई मारेको खुशियालिमा त्यहाँका जनताले आपसमा रङ्ग र अबिर छरी खुसियाली मनाए दिनलाई होलि खेल्ने परम्परा चलेको भनाइ रहेको छ।

फाल्गुण शुक्ल पूर्णिमाको राती चीरलाई ढाली तानेर लगी टुंडिखेलको मध्यभागमा पुर्याएर दाह समापन गरिन्छ।

फाल्गुण शुक्ल पूर्णिमाको राती चीरलाई ढाली तानेर लगी टुंडिखेलको मध्यभागमा पुर्याएर दाह समापन गरिन्छ। दाह गर्नुअघि चीरको अन्तिम दर्शन र पूजा गर्न मारवाडी समुदायका श्रद्धालुहरूको निकै घुइँचो लाग्ने गर्छ। चीर दाहपछि त्यसको खरानी प्रसादका रूपमा लैजाने चलन छ। साथै यस दहनमा कौडि राख्ने र सो कौडि प्रसादको रुपमा घर लगि पुजा गरेमा व्यापार व्यवसाय राम्रो हुन्छ भन्ने चलन रहेको छ।

होलीमा मनाइने जात्रा गुरुमापालाई भोजन

काठमाडौको इंतुबहालको केश चन्द्र महाविहारमा रहेको गुरुमापा राक्षसलाई टुंडिखेलमा राख्न सफल भएकाले खुशियालि स्वरुप होलि मनाएको कथन रहेको छ। केश चन्द्र एक जुवाडि राजा भएको जसले आफ्नो सम्पत्तिका साथै दिदिको सम्पत्ति पनि जुवामा हारेपछि। आफ्नै दिदिले भुइमा खाना हालि खुवाएपछि अपमान सहन नसकि जंगलमा गइ बसेको अवस्थामा खाना खानलाई हेर्दा कुहेको पाएपछि सुकाएर खान्छु भनि घाममा सुकाइ आफु निदाएछ। सोहि समयमा परेवाहरु आइ सबै खाना खाई उडेछ। पछि निन्द्रा खुल्दा केहि नपाएपछि भोकले अलाप विलाप गरि रुन थाले। वनदेवीले उसको अलाप देखि दया लागि सबै परेवालाई सहयोग गर्न आदेश दिए। परेवाहरुले सुनको दिशा गरिदिए। सबै सुन वतुलेर फर्कन खोज्दा बोक्न नसकि त्यहिको गुरुमापा राक्षसलाई बोकाइ ल्याएछ। पछि सो गुरुमापाले इटुंबहाल वरिपरिका बच्चाहरु चोरि खाएपछि सबैले गुरुमापा विरुद्ध उजुरि दिएछ। जति गरेपनि आफ्नो बानि सुधार्न नसकेको गुरुमापालाई अन्तमा एक मुरि भात , एकजना राँगाको मासु राखि भात ख्वाउन ल्याउने शर्तमा काठमाण्डौको टुंडिखेलमा लगि राखेछ। आज सम्म पनि होलिको दिनमा राति सिंगो राँगाको मासु भनि टाउको देखि पुच्छर सम्मको मासु राखि किलाघः टोलका वटुकले भात एक भाँडोमा धेरै र अर्कोमा थोरै राखि नेवारी भाषामा बकुलाक राख्ने भनि राखि लगि खुवाउन जाने चलन चलिनै रहेको छ।

चकं द्यः

ठमेलस्थित विक्रमशील महाविहारमा रहेको चकँ द्य सिंहसार्थ बाहको मूर्तिलाई होली पूर्णिमाको भोलिपल्ट राति महाविहारसँगैको इनारमा नौ पटक ओहोरदोहोर गराउने परम्परा रहेको पाइन्छ। जसलाई नेपाल भाषामा गुन्हू न्यायेकेगु भन्ने गरिन्छ। चकंद्यःको मूर्तिलाई बाजागाजा सहित जात्रा गर्दै ठमेलबाट ज्याठा, असन, इन्द्रचोक हनुमानढोका, मरुसत्तल, प्याफल, नरदेवी, त्यंगल, थँहिटी, क्वबहाल हुँदै विक्रमशील महाविहार सम्म नै पुर्याउने चलन रहेको छ। पहिला बोकेर नगर परिक्रमा गराउनेमा आजभोलि भने गाडामा राखि परिक्रमा गराउने देखिएको छ।

यसै चकंद्यःको साथमा पहिला 'प्रज्ञापारमिता' नाम ग्रन्थ पनि सँगै बोकेर नगर परिक्रमा गराउने परम्परा थियो भने अहिले सो काम रोकेको छ।

बाशु शाहीको "जुजु" चलचित्रको शुभसाइत

• **मेरो संवाददाता**

काठमाडौं/नेवाः चलचित्र क्षेत्रमा निरन्तर प्रयासरत निर्देशक बाशु शाहीको नयाँ चलचित्र " जुजु " को शुभसाइत गत शुक्रबार एक कार्यक्रम गरि शुरु भयो ।

भक्तपुरमा भएको सो कार्यक्रममा सुकुन्दा फिल्म्सका संयोजक बाशु शाहीको अध्यक्षतामा भएको सो कार्यक्रममा राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका केन्द्रिय सहायक महामन्त्री रविन्द्र प्रताप शाह प्रमुख अतिथि, नेपालभाषाका पहिलो सिने पत्रकार विजयरत्न असंबरे र कलाकार स्वतन्त्र संसार महर्जनको उपस्थिति रहेको थियो ।

भक्तपुरमा भएको सो "जुज" चलचित्रको शुभमुर्हतमा प्रमुख अतिथि प्रताप शाहले क्लाएप गरि विशेष अतिथि विजयरत्न असंबरेले नरिवल फोडि, नेवाः एच डि टिभिका सिइओ नविन जोशीले क्यामेराया स्वीच अन गरि कलाकार हरि घेमोसुले अभिनय गरेका थिए ।

सोहि अवसरमा सर्ट मुभि "क्षमा " र "म्हिगः म्हिता" म्युजिक भिडियो पनि सार्वजनिक गरिएको थियो ।

सो मुभिमा निर्देशक राजेश गोसाइ, रचनाकार रेणु सुवाल, छायाँकन तथा सम्पादन बालकुमार मगरले गरेका थिए भने कलाकार हरि घेमोसु, सुजना बज्राचार्य, सिर्जना प्रजापति, विक्रम खडगीहरुको अभिनय रहेको छ ।

त्यसैगरि अमर गायक स्वयम्भु राज शाक्यको स्वरमा रहेको गीतमा निर्देशन बाशु शाही, छायाँकन विशु शाही, सम्पादन विवेक घेमोसु गर्नुभएको छ । साथै सर्ट मुभिको समिक्षा विजयरत्न असंबरेले गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि रविन्द्र प्रताप शाहले आफु नेवाः नभए पनि नेवाः कला, संस्कृति र भाषा प्रति आफ्नो विशेष माया रहेको बताउनु भयो ।

भक्तपुरमा दुई गीत विमोचनसँगै होली मनाइयो

• **मेरो संवाददाता**

भक्तपुर/यहाँको महाकालि नृत्य कला परिषदको आयोजनमा नेवाः होलि महोत्सव कार्यक्रम भएको छ । उक्त कार्यक्रममा नेवाः कलाकरहरुले समुहमा होलिको शुभकामना दिँदै रंग लगाई होलि मनाएका थिए ।

सोहि अवसर पारि निर्देशक विश्वास बज्राचार्यको बसन्तया बेला र निर्देशक बालमुकुण्द प्रजापतिको दिलमाया बोलको दुइवटा म्युजिक भिडियो सार्वजनिक गरेको थियो ।

परिषदका उपाध्यक्ष ओम चरण अमात्यको अध्यक्षता भएको सो कार्यक्रममा कलाकारिता क्षेत्रका अग्रज आशाकाजी थकु प्रमुख अतिथि,नेपालभाषाका पहिलो सिने पत्रकार विजयरत्न असंबरे, निर्देशक सुरेन्द्र तुलाधर, संगीतकार जुगल डंगोल, भक्तपुर लेडि जेसिजका पूर्व अध्यक्ष सबिका त्वायनाबासु, परिषदका प्रमूख सल्लाहकार ध्रुब नारायण श्रेष्ठ लगायत म्युजिक भिडियोका निर्देशक द्वय बिश्वास बज्राचार्य र बालमुकुण्द प्रजापति अतिथिको रुपमा उपस्थित रहेको थियो ।

होली मनाउने क्रममा सांगितिक माहोलले कार्यक्रम रंगिन बनेको थियो भने सरस्वति मानन्धर, कृष्ण महर्जन, नेवाः आइडल मन्जिल शाक्य, जयलक्ष्मी सिद्धि बज्राचार्यहरुले गीत प्रस्तुत गरेका थिए ।

राम प्रजापति
प्रोप्राइटर
हारती मिठाई भण्डार
(शुद्ध शाकाहारी)
कालिमाटी चोक, टंकेश्वर मार्ग, काठमाडौं ।
फोन नं. : ५३७२१९९, मो. ९८०३९८०६९९
यहाँ :- विवाह, व्रतबन्ध, पार्टी, पिकनिक तथा अन्य शुभकार्यको लागि अर्डर अनुसार मिठाईको व्यवस्था गरिन्छ ।

संगीत चर्चा

थाट

✍ **गंगादेवी महर्जन**

उत्तर भारतीय वा हिन्दुस्तानी संगीतमा "अभिभावक स्केल" हो । यो कर्नाटक संगीतको मेलकार्थ राग शब्दको हिन्दुस्तानी समकक्ष हो । थाटको अवधारणा पश्चिमी सांगीतिक स्केलसँग ठ्याक्कै बराबर छैन किनभने थाटको प्राथमिक कार्य संगीत रचनाको लागि उपकरणको रूपमा होइन, बरु रागहरूको वर्गीकरणको आधारको रूपमा हो । राग र यसको मूल थाट बीच कडा अनुपालन आवश्यक छैन, कुनै रागलाई 'होइन' भनिएको कुनै निश्चित थाटको सबै नोटहरूलाई अनुमति दिन आवश्यक छैन, र अन्य नोटहरूलाई अनुमति दिन सक्छ । थाटस सामान्यतया परिभाषा द्वारा हेप्टाटोनिक हुन स्वीकार गरिन्छ ।

आधुनिक थाट प्रणाली विष्णु नारायण भातखंडे (१८६०-१९६३) द्वारा बनाइएको थियो । जो २० औं शताब्दीको प्रारम्भिक दशकहरूमा शास्त्रीय संगीतको क्षेत्रमा प्रभावशाली संगीतविद् हुनुहुन्यो । भातखण्डेले आफ्नो प्रणालीलाई कर्नाटक मेलाकार्ता वर्गीकरण पछि मोडेल गरे, जुन १६४० मा संगीतविद् विद्वान वेंकटमाखिनले बनाएका थिए । भातखण्डेले शास्त्रीय संगीतका धेरै घरानाहरू (स्कूलहरू) भ्रमण गरे, रागहरूको विस्तृत विश्लेषण गरे । उनको अनुसन्धानले उनलाई बत्तीस थाटहरूको प्रणालीमा पुऱ्यायो, प्रत्येकलाई यससँग सम्बन्धित प्रख्यात रागको नामबाट नामाकरण गरिएको थियो । ती बत्तीस थाटहरू मध्ये, उनको समयमा एक दर्जन भन्दा बढी थाटहरू लोकप्रिय थिए, यद्यपि, उनले त्यस्ता दसवटा कुरालाई मात्र प्राथमिक थातका रुपमा वर्गीकरण गर्नुभएको थियो । भातखंडेका अनुसार, धेरै परम्परागत रागहरू मध्ये प्रत्येक दस आधारभूत थाटहरू, वा सांगीतिक तराजू वा फ्रेमवर्कहरूमा आधारित छ । सूर प्रयोगका आधारमा थातलाई यसरी क्रमवद्ध प्रस्तुत गर्न सकिन्छ :

विलावट : यस थातमा सबै स्वरहरु शुद्ध प्रयोग गरिन्छ ।

कल्याण : म सूर तिव्र प्रयोग गरिन्छ भने अरु सबै शुद्ध हुन्छन् ।

खमाज : नि स्वर कोमल हुन्छ भने अरु सबै शुद्ध स्वर प्रयोग गरिन्छ ।

भैरव : यस थातमा रे र ध स्वर कोमल प्रयोग गरिन्छ ।

काफी : यस थातमा ग र नि स्वर कोमल गाइन्छ ।

मारवा : रे कोमल र म तिव्र अरु शुद्ध ।

पूर्वी : यस थातमा तीनवटा विकृत स्वरहरु प्रयोग गरिन्छ । जसमा रे र ध कोमल म तिव्र हुन्छ ।

आशावरी : यस थातमा तीनवटा विकृत स्वरहरु प्रयोग गरिन्छ । जसमा ग ध र नि कोमल हुन्छ ।

तोडी : यस थातमा चारवटा सुरहरु विकृत प्रयोग गरिन्छ । जसमा रे, ग र ध कोमल र म तिव्र हुन्छ ।

भैरवी : यस थातमा रे, ग, ध र नि स्वरहरु कोमल गाइन्छन् ।

थातहरुमा नै राग आधारित हुने गर्दछ । तर थात गायनको भने प्रचलन रहेको पाइँदैन ।

नेवाः एफएम १०६.६ मेगाहर्जय्
हरेक बिहिवार
न्यनादिसँ, न्यंकादिसँ, ब्वति कयादिसँ
जि नं म्ये हालेसः
थीथी सिरपाः त्याका दिसँ ।
ब्वतिया निंतिं फोन ल्याः
०१४३३४२२२

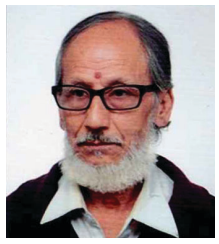
नेवाः सः
नेवाः एफएम १०६.६ मेगाहर्ज
Newa FM 106.6 MHz
न्हिच्छि-चच्छि
२४ घन्टा प्रसारण
विश्व न्यंकं प्रत्यक्ष : newafm.com.np
नेपालभाषा एकेडेमिया निंतिं
अनक मिडिया प्रा. लि.
न्यामासिमा, किपु-२, ललितपुर ।
फोन ल्याः ४३३०२२१, ४३३४२२२
ई-मेल : ankmedia.newafm@gmail.com
ANK MEDIA Media for Social Good
ग्रामो पात्रो

नेवाः पत्रकार राष्ट्रिय दबूको आयोजनाग

जामा सम्पन्न साधना पत्रकारिता सम्मान

तस्वीर : मञ्जित श्रेष्ठ
अनुप प्रधान

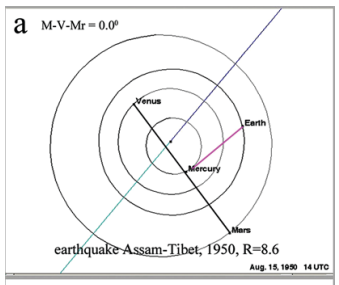
भुखाय् बोय् फुगु लू-२



✍ **मदनराम कर्माचार्य "कान्तिपुरी"**

थ्व स्थितिया जोग लाक्कगु च्व किपाःनं (चित्र) गजब, माथं वंक ध्वाथुइके फैगु कथं जुल।

गथे जुइ संभावित भ्वखाच्व



लुइगु न्हिया ग्रह स्थिति ?

हानं लिपा वइगु सालया भ्वखाच्च गथे जुयाः याने वि.सं. २०७३/६/३० गते (१६ अक्तुबर २०१६) आइतवाः पुन्हि कुन्हुया न्हि सूर्य, बृहस्पति, बुध व शनि पृथ्वीया छगू कोणय् इवःदं वनिं। छगू कोणयं वयाः उगु ग्रहपाखें ज्यनावनीगु (निर्मित) कोणया मापन ६५ डिग्रीदइ, थथे जुइगुलिं भ्वखाच्व खाइगु गटि अतिकं तसकं बोइगु याने खाइगु खनेदु। थ्व कुन्हु पुन्हिया प्रतिपदा तिथि लुइ, सूर्य व चन्द्रमाय थ्यं मथ्यं १८० डिग्री कथं दापा दनि। अर्थजुयाः लच्चिलिपा थुकिया पुनरावृति बायु वा पराकम्मा धाय् थुकिया है च्वः लितुनावयाः खाइगु भ्वखाच्वयात अथे धायूगु याइ।

च्वय्विया थें हे वि. सं. २०७४ मंसीर १७ गते (२०१७ दिलेम्बर ३) आइतवाः पुन्हि खुन्हु दक्को ग्रह छगू कोणय जूवई। थ्व खुँन्हु सूर्य व चन्द्रमा निगू गहया दथुइ १८० तापानां अले लच्छि पुलेवं थ्व भ्वखाच्वया पराकम्पन याने लितुना च्वः दनि। छगू कोणय वइगु ग्रहण दयकीगु कोणया मापन ६० डिग्री पुग्यनी। अके जुइगुलिं थथे तायफु कि २०७३ आशीन ३० गते आइतबाः (१६ अक्तूम्बर २०१६) अनलि २०७४ मंसीर १७ गते आइतवाः (३डिसेम्बर (२०१७) कुन्हु, थथेगु निन्हु न्हिसं खाइगु भ्वखाच्वया मापन याने गदी ज्वःलाना विइफु।

आथेहे तुं २०७२ कार्तिक १० गते (२७ अक्टोबर २०१५) मंगलवाः कतिपुन्हि कुन्छु फुक्क ग्रहत याने मंगल, बृहस्पति, शुक्र, सूर्य व शनि छखे पाखे लाइसा अले चन्द्रमाँ मखे याने इवःपाखें लाइ। आकर्षण स्वरूपय्।

अथे हे पृथ्वीया छगू मेखेया कोणये न्हयाना वइगु ग्रहतले दपुकीगु याने प्रभावित याइगु काणया मापन (माप) थ्यं मथ्यं ७८ डिग्री दै।

अथे जुइगुलि भ्वखाचं खाइगुया गति साधारण याने सामान्य जक जुइगु खनेदु। चन्द्रमा पुन्हिवले याने सुर्य व चन्द्रमालय् थ्यं मथ्यं १८० डिग्रिया अन्तर याने पाइ उकि लच्छि लिपा याने (अर्थात) २०७२/१०/५ (२६ नमम्बर २०१५) प्रतिपदाया पराकम्प भ्वखाच्वः वोइ। थ्व

पूर्ण स्वरूपं ताःलाके धाःसा मफुनि। उकिं व च्वसु ब्वनाः ग्यायेगु मखुसे सतर्क तां फत्तले होस सदां तया च्वनेगु। तं मचायगु वाजि धकाः मत्यगु। च्वय् बियागु ईसं भ्वखाय् ब्वःसां नेपालय् जक लाइ धयागु नं मदु । चाः ह्यु ह्यू में मेगु राष्ट्रिय तक ला वनीगु अप्वः जोग दु।

खुन्हु पृथ्वीया छगु कोणय न्याः वइजु ग्रह नं भवःछुइगु कोणया माप २०७२/७/१०याने थ्यंमथ्यं ७८ डिग्री तुं दःवइ उकियानाः थथे ताःकि २०७२/७/१०/३(२७ अक्टूम्बर २०१५ व २०७२/८/१०/५ (२६ नवम्बर २०१५) -सं बोइगु धाय वा वइगु भ्वखाच्वया गतिमान ज्वःलाना विइगु खनेदु।

लिपांगु इवलय् धायकि भ्वखाय् बोइगु धयागु थ्वहे इलय बौइ वा वइ धाय् आःतकं बिश्व बैज्ञानिक तसे तिफ्यानाः धाय मफुनि। भ्वखाय् बोइगु प्रणाली यक्वसिनं यक्वको स्वरूपं वियाहया च्वंगु दु। न्हापा बोय् धुंकूगु भ्वखाच्वया इतिहास मानव समाजया धाःने विहेक विचार लइकाः सिइका वयाच्वंगुला पक्का खःगु जुल अथे है खगोल ज्योतिष सिध्दान्तया प्रणाली इलय् विलयूया घट्नायागु अध्ययन यानां अन्य ग्रह त थाय् थासय् च्वनां साधारण व असाधारण प्रभाव लाईगु याने अनिष्ठ, खप्पर योग (खयूतला २०७२ सालय् शनि जुजु मन्त्रि मंगल लिसें खप्परयोग लाःगुलिं नं अनिष्ठ कडा, मतूगु साल जूगु खः।) निसें आदि ताः लाइगु मलाइणु दोष थिइगु मथिइगु आदिया गतिमान या प्रमापं नं भोखाय बोइगु प्रलय जइगु व्याख्यान जुयाच्वंगु सैध्दान्तिक नं भ्वखाय् बोइगु विषययात कयातःगुयात मिले मजू धायमछिं समान्य कथं तकया अध्ययन याः।

पूर्ण स्वरूपं ताःलाके धाःसा मफुनि। उकिं व च्वसु ब्वनाः ग्यायेगु मखुसे सतर्क तां फत्तले होस सदां तया च्वनेगु। तं मचायगु वाजि धकाः मत्यगु। च्वय् बियागु ईसं भ्वखाय् ब्वःसां नेपालय् जक लाइ धयागु नं मदु । चाः ह्यु ह्यू में मेगु राष्ट्रय तक ला बनीगु अप्वः जोग दु। भ्वखाय् बोइगु निगू मू चाल दु। क. च्वय् व क्वय् ख. जवय् व खवय्सं खानां बोइ। खला भीगुं नेपाः भोखाच्वया जोखिम लाःगाः खः। नगर पालिकाया लिधंसाय दयूदसं येया वसन्तपुर निसें अन्य थासय् भुकम्प दिवस हनिं अथे बोइगु इलय् टेबुल क्वय् च्वनेगु धकाः स्यनि। अथे सेनीगु विलकुल वाहियाट। गथेकी जापानया छैं स्वरुप्रयूसा खः। भीगु नेपाःया सन्दर्भया है मज्यू २०७२ वैशाख १२ गते अथे च्वंपिं भाज्याना सित। वरु भीगु नेपाःया छैंया परिस्थिति अध्ययन याना सतर्क च्वने फतसा वचय् जुइ , सरकार वा वया निकाय तसें स्यथय मज्यू। वरु नेपाःया जनतापिंहे सक्षम जुयाः समूके सिइके सरकार जनउन्न मार्ग उद्धार वा विकास याइपिं सत्ताय मथ्यनि। इपिं केवल विदेश वःगु अर्थ इनां नयूत तँछाड महाड यानाच्वन।

भुकम्प सिद्धान्तया प्रणालिं भी नेपाःमितयूसं नं अप्वः थुइका वयाच्वन। भ्वन थुइकेगु थुगु विषयया सफूत व अनेनेणु देशय भ्वखायू बोइगु चहपहया स्वरूप अध्ययन याना भीसं फक्को संयकेगु याये फयूके विचाः लुइकाः नेपाःमित फतले वचयू जइ फयूकेंगु पायूछिताई। थौया सरकार व नीति नियम विहीन अवस्थाय नेपाःया परिस्थिति इवलं निसें सकारात्मक राज्य प्रणालि थौंमा यूवापुस्ता कन्हें गथे न्हापा पंचायत ब्यवस्था मल्वल धकाः चिड्का लोकतन्त्र हया अथेहे लोकतन्त्र व २०७२ या संविधान मस्यौदायात वस्वानां स्थानिय आदिवासि पहिचान व संघीय प्रणाली १४ प्रदेशीय वा प्रान्तिय वा जन गणतन्त्र हय् फयूकेगु गतिकयाः भि वने थथे परिवर्तन यायेगु नेपाःया जनतायाके असाधारण अधिकार दु।

थुमिसं पटक पटक राज्य सत्ता हिइका वयूगु अधिकार दुसा भी जनतायात छाय मदु, अवश्य दु। अले नेपालय् वइगु आपत विपत जापान, चिन भारतय् थें जकसा जोखिम बचय जुइगु सिध्दान्त प्रतिपादन उानां सकारात्मक सैंध्यान्तिक संविधान, नियम नीति एन है हयेगु,नेपाया जनता छप्प छधिइ जुयाः।

२००७ साला निसें २०७२ साल तकया राजनीति थयूँ घच्यापुक्क खालि सम्भौता वादिया भूमिका जक मम्हिते। केवल इमान्दारिं ज्या यानां नय् थाकुया सत्ताय् पक्ष वा विपक्षय् च्वनां विदेशं वइगु वःगु सहयोगनिसें नेपाः मितयूगु हिचःतिया शोषण वर्तमान राजप्रणालिया २०७२ या संविधान थें भीसं मयासे मयाकूसें जन भावना सरकारया समाज निश्वसें समता भाव सिध्दान्त प्रतिपादनया प्रणालि कायम याने विकास यायेगु सपथ कासें आःयात दिकेगु बेस जुइ। लिपा माः माःवले नापलायेंगु बाचालं।

नेपालभाषा सिकौं/नेपालभाषा सयेके - १२०

खँग्वः	नेपालभाषा अर्थ	नेपाली अर्थ
गुरुजु, सं.	१. गुभाजु।	बौद्ध पुरोहित।
	२. जुजुया पुरोहित।	बडा गुरुज्यू।
गुरु पुन्ही, सं.	गुरूपिन्त हनाः पुज्याइगु दिं।	गुरुपूर्णिमा।
गुरु मापा, सं.	तुदिख्यः या बाखनय् वइगु लाखयूया नां।	गुरुमापा, फागुन शुक्ल पूर्णिमाको राति काठमाडौंको टुडिखेलमा भोजन दिने गरिएको एक इतिहासप्रसिद्ध राक्षस वा पुराणप्रसिद्ध राक्षस।
गुर्का, सं. (-कू)	स्वकुंलूगु सिं कुचा।	तीनकुने पच्चर।
गुर्का न्याके, क्रि. (न्वके)	गुर्का तानाः मसंके।	तीनकुने पच्चर ठोकेर अँठ्याउनु।

हलिं नेवाः गुथि गतिविधि

मदुम्ह दुजःप्रति विचाः हायेकल

● **मेरो संवाददाता**

यैं/हलिं नेवाः गुथिया दुजः सरु महर्जन आकाझाकां मदुगु दुःखय् हलिं नेवाः गुथिपाखें बिचाः हायकूगु दु। गुथिया ल्त्वंखा कचाया दुजः महर्जन थ्वहे चैत्र ४ गते मदुगु खः।

मदुम्ह सरु महर्जनयात बिचाः हायकुसें गुथिया मृत्युसंस्कार कवःपाखें २५ द्वः दां आर्थिक ग्वाहालि लःल्हाःगु खः।

विचाः हायका ज्याझवलय् गुथिया केन्द्रीय नायः विनोद महर्जनलिसें गुथिया जःपिनि उपस्थिति दुगु खः।

गुथिया १५ क्वःगु दँमुँज्याया समीक्षा

● **मेरो संवाददाता**

यैं/हलिं नेवाः गुथिया थ्वहे चैत्र ३ गते क्वचाःगु झिंन्याक्वःगु दँमुँज्याया समिक्षा मुँज्या वंगु शनिवाः च्वंगु दु। उगु मुँज्यां दँमुँज्या झःझः धायेक ताःलाकूगुलिं पणु कचालिसें दँमुँज्या सुथांलाकेत ग्वाहालि यानादीपिन्त सुभाय् देछायगु ज्या जूगु केन्द्रीय नायः विनोद महर्जनं कनादीगु दु।

समिक्षा मुँज्याय् गुथिया संस्थापक नायः शान्तप्रकाश श्रेष्ठ, निवर्तमान नायः जुजुमान श्रेष्ठलिसें गुथिया वर्तमान ज्यासना पुचःया पदाधिकारीपिनि ब्वति दुगु खः।

इनाप

हनेबहःपिं नेपालभाषाह्यमि रचनाकार भाजुमय्जुपिं !

मेरो साप्ताहिकया नेपालभाषा पौया निंतिं छिकपिनिगु मूवंगु च्वसु बियाः ग्वाहालिया निंतिं इनाप यानाच्वना। नेपालभाषा, सा हित्य, इतिहास, धर्म, संस्कृति सम्बन्धी च्वसुयात थुगु पतिइ विशेष प्राथमिकता बीगु जुइ। लिसें थुगु पौयात च्वन्ह्याकेगु निंतिं छिकपिनिगु सल्लाह सुझावया नं अपेक्षा यानाच्वना।

स्वापू :

९८४१२१५२५०, meroweekly@gmail.com

दीपक र सन्तोषीलाई हाफ म्याराथन उपाधि

• **मेरो संवाददाता**

काठमाडौं/नेपाल आर्मीका दीपक अधिकारी र धादिङकी सन्तोषी श्रेष्ठले शनिबार भएको 'राइट टु प्रोटिन रन' मा हाफ म्याराथन उपाधि जित्नुभएको छ। दौडमा दीपक पुरुष तथा सन्तोषी महिलामा च्याम्पियन बन्नुभएको हो।

एसियन क्रस कन्ट्री एथलेटिक्स च्याम्पियनसिपमा दोहोरो स्वर्ण विजेता दीपकले निर्धारित २१ किलोमिटर दूरी एक घण्टा सात मिनेट ३३ सेकेन्डमा पूरा गर्नुभएको थियो भने साग स्वर्णधारी (पाँच हजार मिटर दौड) एपीएफका गोपीचन्द्र पार्की एक घण्टा सात मिनेट ४२ सेकेन्ड समयमा दोस्रो र पर्वतका तीर्थ पुन एक घण्टा सात मिनेट ४३ सेकेन्ड समयमा दौड पूरा गर्दै तेस्रो हुनुभयो। आर्मीका नरेन्द्र रावल चौथो र आर्मीकै खडकबहादुर खड्का पाँचौं स्थानमा रहनुभएको थियो।

महिला तर्फ सागकी स्वर्ण विजेता (१० हजार मिटर दौड) र ढाका म्याराथन (४२.१९५ किलोमिटर) की स्वर्ण विजेता सन्तोषीले निर्धारित दूरी तय गर्न एक घण्टा २० मिनेट १९ सेकेन्ड समय लगाउनुभयो भने एक घण्टा २१ मिनेट ५६ सेकेन्डमा दौड सक्दै नेपाल प्रहरीकी राममाया बुढा दोस्रो र एक घण्टा २३ मिनेट ०२ सेकेन्डमा दौड सक्दै एपिएफकी पुष्पा भण्डारी तेस्रो हुनुभयो।

आर्मीकी पूर्णलक्ष्मी न्यौपानेले चौथो तथा एपिएफकी फुलमती राना पाँचौं स्थानमा रहनुभयो। पुरुष/महिला दुवैमा शीर्ष पाँच स्थान हात पार्नेले क्रमशः एक लाख, ७५ हजार, ५० हजार, ४० हजार र ३० हजार रुपियाँ पुरस्कार पाउनुभयो।

नेपाल भेटनरी सङ्घद्वारा आयोजित प्रतियोगिताको पुरुष खुला १० किलोमिटर दौडमा आर्मीका खेलाडीको वर्चस्व रह्यो। आर्मीका मुकेशबहादुर पालले ३१ मिनेट १८.५७ सेकेन्डमा दौड पूरा गर्दै पहिलो हुनुभयो भने सञ्जय श्रेष्ठ दोस्रो, राजेन्द्र राई तेस्रो, सुवास कार्की चौथो तथा श्रीकाश राई पाँचौं हुनुभयो। शीर्ष पाँचमा रहनेलाई क्रमशः ५० हजार, ४० हजार, ३० हजार, २० हजार र १० हजार रुपियाँ पुरस्कार प्रदान गरियो।

महिला खुला पाँच किलोमिटर दूरी २१ मिनेट ३० सेकेन्डमा पूरा गरेकी आर्मीकी सृजना पाण्डेय पहिलो भइन् भने प्रहरीकी राजपुरा पछाईं दोस्रो रआर्मीकी निर्मला केसी तेस्रो हुनुभयो।

यसैगरी विद्यालयतर्फ कक्षा १२ सम्मको पुरुष पाँच किलोमिटरमा विश्वराम कुँवर पहिलो, बादल कार्की दोस्रो र विकेश घिमिरे तेस्रो हुनुभयो। महिलातर्फ तीन किलोमिटरमा कल्पना बुढा, अस्मिता भुजेल र अमिशा राई शीर्ष तीनमा रहनुभयो।

साहसी प्रतियोगिताको ह्वीलचेयरतर्फ पुरुष तीन किलोमिटरमा रामकाजी मिजार, रमेश खत्री र प्रेमबहादुर विक क्रमशः पहिलो, दोश्रो र तेस्रो हुनुभयो भने महिलामा ऐश्वर्यकुमारी कुमाल, यामी भाक्री मगर र रजनी राईले शीर्ष तीनको स्थान ओगट्न सफल हुनुभयो।

विजेतालाई कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्री ज्वालाकुमारी साह, विश्व भेटेरिनरी एसोसिएनका अध्यक्ष राफेल लागुइन, आयोजक सङ्घका अध्यक्ष डा. रामकृष्ण खतिवडा, राइट टु प्रोटिनका संयोजक डा. सितलकाजी श्रेष्ठलगायतले पुरस्कार प्रदान गर्नुभयो। दौड त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रङ्गशालाबाट सुरु भइ पुनः रङ्गशालामै पुगेर सकिएको थियो।

रुपेशले जित्यो प्रथम वडा अध्यक्ष कप बुद्धिचाल

• **मेरो संवाददाता**

काठमाडौं/नेपाल च्याम्पियन फिडे मास्टर रुपेस जैसवालले महालक्ष्मी नगरपालिका वडा नं. ९ को आयोजनामा संचालन भएको प्रथम वडा अध्यक्ष कप रापिड बुद्धिचाल प्रतियोगिताको उपाधि जित्नुभएको छ।

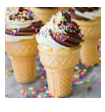
ललितपुर महानगरपालिका वडा नम्बर ११ बाट प्रतिनिधित्व गर्नुभएका रुपेसले नवौं चरणको खेलमा पुर्व नेपाल च्याम्पियन बद्रीलाल नेपालीसँग बराबरी खेलि सात खेलमा जीत र एक खेलमा बराबरी गर्दै सात अङ्क बनाउनुभयो।

आठौं चरणको खेलमा कमल श्रेष्ठलाई पराजित गरेका रुपेश पाँचौं चरणको खेलमा शुसुरत दाहलसँग पराजित भएपनि खेलमा फर्किनुभएको थियो। उपाधिसँगै उहाँले २५ हजार रुपियाँ पुरस्कार पाउनुभयो। बद्रीलाल नेपाली दोस्रो र थापाथली चेस पार्क क्लबका सुशील चौधरी तेस्रो स्थानमा रहनुभयो। बद्रीले १५ हजार र सुशीलले १० हजार रुपियाँ पुरस्कार पाउनुभयो।

झापाका बिजेश राजकर्णिकार चौथो स्थानमा र श्रुरत दाहाल पाँचौं स्थानमा रहनुभयो। ३७ जना खेलाडीलाई नगद पुरस्कार व्यवस्था गरिएको प्रतियोगितामा सजिन महर्जन र संजय महर्जन ललितपुरको विजेता र उपविजेता हुनुभयो।

प्रो. अरुण महर्जन
अरुण दुध डेरी उद्योग

ग्वंगःबुँ, कुलान्तचोक, काठमाडौं । फोन : ०१-४३६०१३३, मो. ९८५१०५८१४२/९८०३५७४८५१



यहाँ दुध, दही, मही, घ्यू, पनिर, बटर, आइसक्रिम, केक आदि पाउनुका साथै
शुभ कार्यको लागि अर्डर बमोजिम सामान उपलब्ध गराईन्छ ।

खेल क्षेत्रको विकासका लागि एक्सन लिन्छु : मन्त्री श्रेष्ठ

मेरो संवाददाता

काठमाडौं/राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीले शनिवार आयोजना गरेको कार्यक्रमलाई सम्बोधान गर्नुहुँदै युवा तथा खेलकुदमन्त्री विराजभक्त श्रेष्ठले खेल क्षेत्रसँग सम्बन्धित नियुक्ति निष्पक्ष हुने बताउनुभएको छ।

उहाँले खेलकुद क्षेत्रबाट खेलाडी विदेश पलायन नहुने गरी काम गर्ने र खेल क्षेत्रमा राजनीतिक नियुक्तिले धेरै ठाउँ बिग्रिएको भन्दै अबका दिनमा राजनीतिक नियुक्ति खेल र खेलाडीको विकासका लागि हुने बताउनुभयो।

उहाँले पहिला सुतेको मान्छेले सपना देख्ने तर अहिले आफूहरुले सपना देखेर सुत्न नसकेको बताउनुभयो।

मन्त्री श्रेष्ठले आगामी खेल क्षेत्रको विकासका लागि एक्सनमा काम गर्ने प्रतिबद्धता जनाउनु हुँदै खेलकुद मन्त्रालयको स्थिति नाजुक रहेको र आफूले अबका दिनमा माथि लैजाने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नुभयो।

चाँगे माछापोखरी गोल्डकप उपाधि धरानले जित्यो

• **मेरो संवाददाता**

ताप्ले जुङ/डाँडाबजार धनकुटालाई २-० गोल अन्तरले पराजित गर्दै मरिक फुटबल क्लब धरानले आमन्त्रित माछापोखरी हिटी गोल्डकपको उपाधि आइतवार जितेको छ। ताप्लेजुङको आठराई त्रिबेणी गाउँपालिका-५ चाँगेमा सञ्चालित पुरुष फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि जिते सँगै मरिक फुटबल क्लबले दुई लाख रुपियाँ पुरस्कारसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको छ भने उपविजेता बनेको डाँडाबजार धनकुटाले एकलाख २० हजार रुपियाँ साथै मेडल र प्रमाणपत्रमा चित्त बुझाउनुपर्‍यो।

मेरो साहित्य

भावुक भएँ म तिम्रो प्रेममा

भावुक भएँ म तिम्रो प्रेममा
यादमा डुब्ने भएँ म तिम्रो तस्वीरमा
एकान्तमा रमाउँन थाले तिम्रो मायामा
लाग्दैन मलाई तिमी विना केही रमाईलो
भगवानको नियती देखर पनि लाग्छ आश्चर्य
तिमी कहाँ, म कहाँ
भौतिकताको यो संसारमा म जता भए पनि
मन त मेरो, तिमी कहाँ नै छ

✍ **सरीना बज्राचार्य**

भावुक भएँ म तिम्रो प्रेममा
यादको सागरमा डुबी
मन लाग्छ तिम्रो मायामा डुबु
माया त यस्तो रहेछ
जुन भुल्नै गाह्रो भएछ
दिन के हो,रात के हो
छुट्टाउनै सकेन
तिम्रो यादमा हराएर
भेट्टाउन सकेन आफूलाई
माया त म गर्छु तिमीलाई
जुनी जुनी सम्मलाई।

लोपोन्मुख नौ बाजा सम्मेलन सम्पन्न

• **केके मानन्धर**

काठमाडौं/देशभरका मानन्धर हरुको साझा संस्था केन्द्रीय मानन्धर संघले लोपोन्मुख बाजा संरक्षण अभियान सुरु गरेको छ। अमूर्त सम्पदाको रुपमा रहेको मौलिक लोपोन्मुख बाजायात नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण गर्ने उद्देश्यले संघले अभियान सुरु गरेको हो।

त्यसैले, संघले काठमाडौं महानगरपालिकासँगको लागत साझेदारीमा मध्यपुर थिमिको क्वलाखु क्षेत्रमा लोपोन्मुख नौ बाजा सम्मेलन ११४४ सम्पन्न गरेको छ। नौ बाजाको सिधा अर्थ ९ किसिमका मौलिक बाजका प्रकार र सोही बाज समुहमा सहायक बाजा सम्मलित गराइने हुन्छ। विशेषगरी काठमाडौं उपत्यका र काभ्रेमा मात्र यो बाजा संरक्षित छ। बौद्धमार्गी नेवारहरुले संरक्षण गरेको नौ बाजालाई सिद्धार्थ गौतम बुद्धको तत्कालीन समयमा कपिलबस्तुमा राजकीय बाजाको मान्यता पाएको विश्वास गरिन्छ। श्रृंगभेरी अपदानको कथा र स्वयम्भू पुराणमा उल्लेख भएको नौ बाजा पछिल्लो समयमा लोप जुइगु तरखरमा छ। त्यसैले, संघले पहिलो पल्ट नेकू, पस्ताः, धाः, चति, डबडब, नगरा, खिं, पच्छिमा, प्वडा, ताः, भुस्या, छुस्या, पस्ता, नायखिं, धिमेचा, बे लगायतका बाजालाई पृथक ताल र बोलमा प्रदर्शन गर्ने वातावरण तयार गरेको हो।

करिव हराउनै लागेको नौ बाजाका कलाकारहरुको संख्या हेर्ने हो भने दुई हातमा रहेका औंलामा सीमित भइसकेको छ। यसको अर्थ सीमित कलाकारहरुले मात्र नौ बाजा बजाउन जानेका छन्। संघ अन्तर्गत युवा उपसमिति र सञ्चार उपसमितिको संयोजनमा मध्यपुर थिमिस्थित सिवा सायमि खलः तथा मानन्धर युवा समुहसँग समन्वय गरी सम्पन्न भएको कार्यक्रमलाई मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका मेयर सुरेन्द्र श्रेष्ठले उद्घाटन गरेका हुन्। कार्यक्रममा भक्तपुरको साःक्वलान, गोलमढी र तेखाच्व टोल, बनेपाको वांख्यो र क्वसाः दाफा भजन खलः तथा मध्यपुर थिमिको सिवा सायमि खलःले नौ बाजा प्रदर्शन गरेका थिए। कार्यक्रमभित्रको सांस्कृतिक पक्षलाई सुरेन्द्र मानन्धरले संयोजन गरेका हुन् समग्रमा गजेन्द्र प्रसाद मानन्धरले कार्यक्रमको संयोजन गरेका हुन्।

कामपा १८ वडामा होली विशेष कार्यक्रम

• **मेरो संवाददाता**

काठमाडौं/काठमाडौं महानगरपालिका १८ वडाको आयोजनामा पुष्पलाल पार्कमा होली विशेष कार्यक्रमको आयोजना गरिएको छ। विविध सांगीतिक प्रस्तुतीसहित १८ वडाको आयोजनामा भएको होली कार्यक्रममा स्थानीयबासिन्दाहरुको उल्लेख्य सहभागिता रहेको थियो।

भूमिगत जलभण्डारको संरक्षण गरौं

➢ *अव्यवस्थित शहरीकरण र औद्योगीकरणले जमिनमुनिको पानीको सतह घटिरहेको,*

➢ *स्वच्छ पिउने पानीको अभाव र वातावरण प्रदुषण बढेको,*

➢ *खेतियोग्य जमिनमा सिंचाई हुन नसकेको र कृषि उत्पादन घटेकोले:*

भूमिगत जलस्रोतको पुनर्भरणका लागि:

➢ *जलाधार क्षेत्रको संरक्षण गरौं,*

➢ *ग्रामीण भेगमा आहाल, पोखरी र तालतलैयाको निर्माण गरौं,*

➢ *शहरी क्षेत्रमा वर्षातको पानीमार्फत पुनर्भरणको विकल्प सहितका पूर्वाधार निर्माण गरौं,*

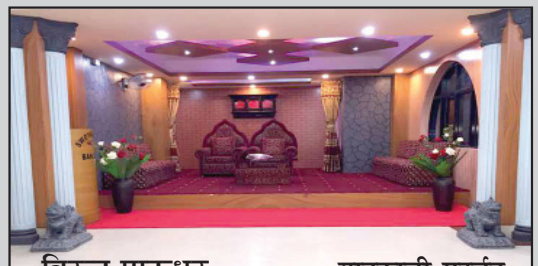
➢ *पानी पुनर्भरणमा सहयोग गर्ने प्रजातिका बोटविरुवा रोपौं,*

➢ *द्रुत जलप्रवाह हुने स्थानमा चेक ड्याम लगायतका नवीन प्रविधिको प्रयोग गरौं,*

➢ *भूमिगत पानीको पुनर्भरण कार्यलाई प्रोत्साहन गरी जल भण्डारणमा वृद्धि गरौं। दिगो विकासमा योगदान गरौं।*

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

कुनै पनि शुभ कार्य जस्तै :
शुभ विवाह,
व्रतवन्ध, पास्नी,
साथै सभा समारोहको लागि
फूल क्याटरिङसहित हल चाहिएमा
सम्पर्क गर्नुहोस्।



त्रिरत्न मानन्धर
९८४१३१६६३०

सानुकाजी महर्जन
९८४१५६०६१०

स्वयम्भू ब्याङ्क्वेट
भुइखेल, स्वयम्भु, काठमाडौं। सम्पर्क : ०१५३८१५३८